

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA *TENNIS ELBOW DEXTRA***  
**DI RST DR SOEDJONO MAGELANG**



Disusunoleh:  
**KHOIRUN NISAK**  
J 100 090 020

**KARYA TULIS ILMIAH**  
Diajukan Guna Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi  
Syarat-Syarat Untuk Menyelesaikan Program  
Diploma III Fisioterapi

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III FISIOTERAPI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2012**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan di depan Tim  
Penguji Karya Tulis Ilmiah dengan judul “PENATALAKSANAAN  
FISIOTERAPI PADA *TENNIS ELBOW DEXTRA* DI RST DR SOEDJONO  
MAGELANG” Program Studi Fisioterapi Diploma III Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Surakarta, Juli 2012

Pembimbing



(Dwi Rosella K, SSt.Ft, M.Fis)




## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dosen Penguji Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dan diterima untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan program pendidikan Diploma III Fisioterapi.

Hari : Rabu

Tanggal : 25 Juli 2012

### Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah

Nama terang	Tanda Tangan
Penguji I Isnaini Herawati, SST.Ft, M.Kes	(  )
Penguji II Sugiono, SST.Ft	(  )
Penguji III Dwi Rosella K, SST.Ft, M.Fis	(  )

Disahkan Oleh

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Arif Widodo, A.Kep, M.Kes)

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Khoirun Nisak

NIM : J100090020

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jurusan : Fisioterapi D III

Judul KTI : Penatalaksanaan Fisioterapi pada *Tennis Elbow Dextra* di RST

Dr. Soedjono Magelang

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah tersebut adalah karya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian atau keseluruhan, kecuali dalam bentuk yang telah disebutkan sumbernya. Demikian pernyataan ini dibuat sebenarnya, dan apabila tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Surakarta, Juli 2012

Penulis



Khoirun Nisak

## **MOTTO**

“Meratapi masa lalu yang telah terjadi, salah satu cara untuk menghambat  
perubahan yang lebih baik” ----- Penulis

“Jangan awali hari dengan penyesalan hari kemarin, karena akan mengganggu  
hebatnya hari ini, dan akan merusak indahnya hari esok”

‘Fainnama’ alusyriiyusro, innama’ al ‘usyriiyusro” ----- (Qs Al-Insyiroh 5-6)

## **PERSEMBAHAN**

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada:

1. Allah SWT, atas segala limpahan rahmat dan kasih sayangMU yang telah memberikan kesehatan, kemudahan,dan kelancaran sehingga hamba bisa menyelesaikan Karya Tulis ini.
2. Kedua orang tuaku yang selalu memberikan do'a dan melimpahkan kasih dan sayang nya dengan berbagai cara, bapak Drs Sugiman dan ibu Dra Sri Handayani,M.Pd.
3. Ketiga adik-adikku, Marhamah Rosyidah, Muhammad Khoirul Hadi dan Zulfa Laila Az-Zahro yang selalu membuat mba Anis tersenyum dan marah.
4. Keluarga besarku, keluarga simbah (alm) Kosian Atmo Tenoyo
5. Calon Imamku dan buahhatiku kelak
6. Sepupuku, mas Adit terimakasih atas canda dan motivasinya, kita wisuda bareng.
7. Ali Ahyar Ridha,terima kasih buat semuanya,semoga kita tetep menjadi saudara,dan Allah selalu menyertaimu dan meridhoi setiap langkah kakimu,sukses buat kamu.
8. Mas Ichlas terima kasih yang tidak bisa disebutkan,saya do'akan moga diberi kemudahan dalam menyelesaikan thesis nya.
9. Sahabat-sahabat ku, mba ayu kecil, jeng Matun, jeng Tika, jeng Jebag dan lainnya yang tak bisa disebut satu persatu terima kasih buat senang dan sedih nya,sukses buat kalian semua.
- 10.Temen-temen D III Fisioterapi, terimakasih atas kebersamaan yang tlah terjalin selama ini.
11. Keluarga besar Fisioterapi indonesia

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayat dan inayah-NYA sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul **“PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA *TENNIS ELBOW DEXTRA* DI RST DR SOEDJONO MAGELANG”**

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan yang baik ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji, MM, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Bapak Arif Widodo, A.Kep, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Ibu Umi Budi Rahayu, SSt.Ft, M.Kes selaku Ketua Progdil Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta
4. Ibu Dwi Rosella K, SSt.Ft, M.Fis selaku pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan pengarahan, bimbingan dan dukungan yang berharga dari awal hingga terselesaikannya penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak dan Ibu pembimbing praktek klinis, dan segenap dosen progdil D III Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan bimbingan dan mendidik penulis selama masa pendidikan.
6. Kedua orang tuaku, bapak Drs. Sugiman dan Ibu Dra Sri Handayani, M.Pd

terimakasih atas limpahan kasih dan sayangnya serta dukungan moril dan materil nya.

7. Ketiga adikku, Marhamah Rosyidah, Muhammad Khoirul Hadi dan Zulfa Laila Az-Zahro terima kasih untuk canda tawanya, sukses selalu buat kalian.
8. Keluarga besar simbah (Alm) Kosian Atmo Tenoyo
9. Sepupuku, mas Adit trimakasih atas bantuan nya untuk menyelesaikan karya sederhana ini
10. Ali Ahyar Ridha, terima kasih buat semuanya, semoga Allah selalu menyertaimu dan apa yang kamu cita-citakan tercapai demi kebaikanmu.
11. Mas Ichlas terima kasih saya ucapkan, semoga diberi kemudahan dalam menyelesaikan thesis nya
12. Sahabat-sahabat ku, mba ayu kecil, jeng Matun, jeng Tika, jeng Jebag dan lainnya yang tak bisa disebut satu persatu terima kasih buat senang dan sedih nya, sukses buat kalian semua.
13. Temen-temen seperjuangan D III Fisioterapi 09, sukses buat kalian semua.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu penulis mohon ma'af sebesar-besarnya dan berharap adanya kritik dan saran yang bersifat membangun agar Karya Tulis Ilmiah ini menjadi sempurna.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Surakarta, Juli 2012

Penulis



## ABSTRAK

### PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI TENNIS ELBOW DEXTRA

DI RST DR SOEDJONO MAGELANG

(Khoirun Nisak, 2012, 56 halaman)

**Latar Belakang :** Tennis elbow merupakan hal yang sangat umum bagi pasien yang mencari pertolongan medis karena nyeri di siku. Umur rata-rata pasien tennis elbow di antara 35 tahun sampai 65 tahun antara laki-laki dan wanita hampir sama.

**Tujuan :** Untuk mengetahui apakah sinar *infra red* dan *massage* dapat mengurangi nyeri? Untuk mengetahui apakah sinar *infra red* dan *massage* dapat meningkatkan LGS? Dan untuk mengetahui apakah sinar *infra red* dan *massage* dapat meningkatkan kekuatan otot?

**Hasil :** Setelah dilakukan terapi sebanyak enam kali didapatkan hasil adanya pengurangan nyeri diam dari  $T_1$  1 menjadi  $T_6$  1, nyeri tekan dari  $T_1$  4 menjadi  $T_6$  2, dan nyeri gerak dari  $T_1$  5 menjadi  $T_6$  3. Peningkatan LGS pada elbow, gerakan pasif dari  $T_1$  S:  $10^0 - 0^0 - 65^0$  menjadi  $T_6$  S:  $10^0 - 0^0 - 120^0$  dan  $T_1$  R:  $50^0 - 0^0 - 65^0$  menjadi  $T_6$  R:  $85^0 - 0^0 - 90^0$  gerakan aktif dari  $T_1$  S:  $10^0 - 0^0 - 65^0$  menjadi  $T_6$  S:  $10^0 - 0^0 - 120^0$  dan  $T_1$  R:  $45^0 - 0^0 - 65^0$  menjadi  $T_6$  R:  $65^0 - 0^0 - 85^0$ . Peningkatan kekuatan otot flexor dari  $T_1$ : 5 menjadi  $T_6$ : 5, ekstensor  $T_1$ : 3 menjadi  $T_6$ : 4, pronasi  $T_1$ : 3 menjadi  $T_6$ : 4 dan supinasi  $T_1$ : 3 menjadi  $T_6$ : 4.

**Metode :** Penatalaksanaan Fisioterapi pada kondisi tennis elbow dextra ini menggunakan modalitas *infra red* dan *massage*.

**Kesimpulan:** *Infra red* dan *massage* dapat mengurangi rasa nyeri, meningkatkan LGS dan kekuatan otot pada siku kanan dalam kondisi *Tennis Elbow Dextra*. Penanganan *Tennis Elbow Dextra* ini akan lebih berhasil jika disertai dengan kemauan dan semangat untuk sembuh.

**Saran:** Kesungguhan pasien dalam melakukan latihan harus ada agar keberhasilan tercapai, kepada fisioterapi dalam melakukan pelayanan hendaknya melakukan pemeriksaan yang teliti dan sistematis sehingga dapat memecahkan permasalahan pasien secara rinci.

Kata kunci : *Tennis Elbow Dextra*, *infra red* dan *massage*

## ABSTRACT

### THE IMPLEMENTATION OF PHYSIOTHERAPY IN TENNIS ELBOW DEXTRA CONDITION AT DR SOEDJONO MAGELANG

( Khoirun Nisak,2012, 56 halaman)

**The Background** : The tennis elbow is general case looked for medicine helping because elbow painful. The everange patient age of tennis elbow between 35 until 65 years old, man or woman is similar.

**The Goal** : what the understanding red ray and massage can increase the LGS? And for understanding what the red ray and massage can increase muscle power?

**The Result** : had theraphy of 6 times have result the silent elbow decrease from  $T_1$ 1 became  $T_6$  1 pressure elbow from  $T_1$ 4 became  $T_6$  2 and movement elbow from  $T_1$  5 became  $T_6$ 3. The increasing LGS in elbow , passive movement from  $T_1$  S = $10^0$ - $0^0$ - $65^0$  became  $T_2$ S: $10^0$ - $0^0$ - $120^0$  dan  $T_1$ R= $50^0$ - $0^0$ - $65^0$  became  $T_2$ R= $85^0$ - $0^0$ - $90^0$ , aktif movement elbow from  $T_1$ S: $10^0$ - $0^0$ - $65^0$  became  $T_2$  S: $10^0$ - $0^0$ - $120^0$ The increasing flexor muscle power from  $T_1$ :5 became  $T_6$ :5 extensor  $T_1$ :3 became  $T_6$ :4 pronasi  $T_1$ :3 became  $T_6$ :4 and supinasi  $T_1$ : 3 became  $T_6$ : 4.

**The method**: The implementation of physioterapy in tennis elbow dextra condition with red ray and massage.

**The conclusion** : red ray and massage can decrease painful, increase LGS and muscle power in right elbow on tennis Elbow Dextra condition. The handling of tennis elbow dextra will more be successful with desire and spirit for heal.

**The sugesstion** : the patient having passion for rehearsal because with the patient passion will make it succes, for physioterapy when give therapy should do more careful and systematics so the physioterapy have more detail for solution of patient problem

Key word : *Tennis elbow dextra, red ray, and massage*

## DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan .....	iii
Halaman Pernyataan.....	iv
Halaman Motto.....	v
Halaman Persembahan .....	vi
Kata Pengantar .....	vii
Abstrak (Bahasa Indonesia) .....	ix
Abstrak (Bahasa Inggris).....	x
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel .....	xiii
Daftar Gambar .....	xiv
<b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan .....	3
D. Manfaat .....	4
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
A. Deskripsi Kasus .....	5
1. Sistem Tulang .....	5
2. Biomekanika Sendi Siku.....	14

B. Patologi dan Problematika Fisioterapi .....	17
1. Tennis Elbow .....	17
2. Problematika Fisioterapi .....	24
C. Teknologi Intervensi Fisioterapi .....	25
1. Sinar Infra merah .....	25
2. Massage .....	30
<b>BAB III. PENATALAKSANAAN STUDI KASUS .....</b>	<b>36</b>
A. Pengkajian Fisioterapi .....	36
B. Diagnosa Fisioterapi .....	45
C. Tujuan Fisioterapi .....	46
D. Pelaksanaan Fisioterapi .....	47
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>50</b>
A. Hasil .....	50
B. Pembahasan .....	52
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>55</b>
A. Kesimpulan .....	55
B. Saran .....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	
A. Laporan Status Klinis	
B. Fotocopy Lembar Konsultasi	
C. Curriculum Vitae Penulis	

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Hasil Pemeriksaan Lingkup Gerak Sendi (LGS) .....	46
Tabel 4.1 Evaluasi Pengurangan Nyeri VDS .....	53
Tabel 4.2 Peningkatan Lingkup Gerak Sendi (LGS) dengan Goniometer	53
Tabel 4.3 Peningkatan Kekuatan Otot dengan MMT .....	54

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Tulang Humerus .....	11
Gambar 2.2 Tulang Radius .....	12
Gambar 2.3 Tulang Ulna .....	13
Gambar 2.4 Otot Lengan Atas dan Bawah .....	14
Gambar 2.5 Otot Lengan Dada dan Leher Bawah .....	15